



Утверждаю

заведующий
МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10
/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

24 ноября 2023 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	3,7	3,6	11,3	93	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	1,7	7,2	11,9	119	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180			13,2	53	0,4
Итого			395	5,4	10,8	36,4	265	0,9
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	180	1,8	1,9	14,8	84	4,8
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	19,2	19,7	16,7	321	8,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1	0,1	6,5	31	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			21	84	0
Итого			570	23	21,8	65,4	551	13,5
Полдник								
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	4,4	5,1	35,8	206	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			13,1	52	0
Итого			240	4,4	5,1	48,9	258	0
Ужин								
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	3,4	4,9	14,3	116	29,8
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	13,6	86	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			400	13,9	12,1	45,2	347	30,3
Всего				46,7	49,8	195,9	1421	44,7



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

24 ноября 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5	4,7	15,8	125	0,7
2012	1	БАТОН С МАСЛОМ	40/5	3	5,3	20,6	142	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200			14,7	59	0,5
Итого			445	8	10	51,1	326	1,2
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	200	2	2,2	16,5	94	5,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	10,9	12,5	16,1	220	8,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			16,2	65	0
Итого			660	16,9	15,2	74,2	501	13,4
Полдник								
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	70	5,2	5,8	41,6	239	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			14,6	58	0
Итого			270	5,2	5,8	56,2	297	0
Ужин								
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,8	5,7	16,1	134	34,3
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,6	2,9	21,5	127	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			450	15,9	13,6	59,1	426	34,9
Всего				46	44,6	240,6	1550	49,5